

«Утверждаю»
ИП Пиклов С.В.
/С.В.Пиклов /
26.02.2024г.

«Согласовано»
МАОУ «СОШ №37»
/Т.А.Мухатаева/
26.02.2024г.

ОСНОВНОЕ МЕНЮ 7-11 ЛЕТ
ИП Пиклов С.В.
НА ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ ПЕРИОД ГОДА
(г.Пермь)

**Общеобразовательные организации с продолжительностью
нахождения ребенка в организации до 6 часов**

Сборнике технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, 2013 год, единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений, 2018год, 2021год. . Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания издание шестое переизданное часть 1, часть 2, Уфа 2023г ООО Фирма «Партнер»



ИП Пиклов С.В.

День 1

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО(7-11ЛЕТ)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)6	60	0,48	0,06	1,50	8,46	0,02	0,02	6,00		13,80	25,20	8,40	0,36
№134/2023	.ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР 2023	90	16,71	5,23	5,53	136,07	0,08	0,13	1,34	42,4	36,83	121,96	15,90	0,95
№202/2018	.КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ06	170	11,80	7,60	52,81	326,86	0,35	0,17		27,2	19,39	243,63	162,02	5,45
№457/2018	.ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31			0,03
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.0	60	4,56	0,48	20,70	105,36	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66

Итого по подменю: 33,55 13,37 90,52 616,67 0,52 0,34 7,34 69,6 82,33 429,79 194,72 7,45

ОБЕД

№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПОМИДОР)60	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15,00		8,40	15,60	12,00	0,54
104/2018	.ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ03	200	1,70	5,93	7,55	90,28	0,02	0,03	20,76	8,6	35,60	23,67	10,09	0,40
№375/2018	.ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ОТВАРНОЙ09	240	35,13	15,20	36,24	422,21	0,17	0,22	4,53	47,0	76,92	308,68	64,98	2,75
№495/2018	.КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ0	50	3,80	0,40	17,25	87,80	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.0	60	2,94	0,60	26,88	124,68	0,05	0,02			10,80	55,20	12,00	1,74

Итого по подменю: 44,67 22,27 111,98 826,87 0,34 0,32 40,69 55,6 164,22 451,05 112,07 7,21

ПОЛДНИК

№460/2018	.ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,60	1,25	12,33	66,97	0,02	0,08	0,45		63,31	47,50	7,50	0,08
№540/2013	.ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ01	100	4,47	2,05	52,16	245,00	0,08	0,03		6,9	10,41	40,00	7,12	0,54

Итого по подменю: 6,07 3,30 64,49 311,97 0,10 0,11 0,45 6,9 73,72 87,50 14,62 0,62

Итого за день: 0,00 руб. 84,29 38,94 266,99 1755,51 0,96 0,77 48,48 132,2 320,27 968,34 321,41 15,28

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	43,57	16,92	27,02	26,24
Обед (30 - 35 %)	58,01	28,19	33,43	35,19
Полдник (10 %)	7,88	4,18	19,25	13,28
Итого за день (60 - 70 %)	109,47	49,29	79,70	74,70

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,5:3,2

Директор



/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

/Т.К.Тудвасева/



"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО(7-11ЛЕТ)

День 2

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe

ЗАВТРАК

194/2023	.КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ02	200	7,74	12,47	39,49	301,22	0,04	0,15	0,88	22,7	128,30	95,69	14,92	0,15
№517/2013	.ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	95	3,80	1,43	9,31	65,27	0,03	0,14	0,57	9,5	117,80	90,25	14,25	0,10
№459/2018	.ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,16	40,94			28,00		3,11	1,54	0,84	0,07
286/2023	.ПЛЮШКА НОВОМОСКОВСКАЯ	60	4,40	3,41	33,16	180,91	0,08	0,03	0,04	15,3	16,55	43,14	7,69	0,56

Итого по подменю: 16,00 17,32 92,12 588,34 0,15 0,32 29,49 47,5 265,76 230,62 37,70 0,88

ОБЕД

№157/2018	.ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (КУКУРУЗА)	60	1,23	2,66	7,36	58,26				12,0	0,72	0,90		0,01
№95/2018	.БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	1,56	5,13	11,11	96,89	0,05	0,05	16,43	7,5	39,66	44,12	20,30	0,95
№110/2023	.ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ В СОУСЕ	90	8,39	17,23	8,90	224,16	0,03	0,02	3,20	7,9	10,60	33,30	8,43	1,45
№256/2018	.МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ06	150	6,24	6,56	34,67	222,71	0,09	0,03		27,2	20,89	48,36	8,73	0,91
№494/2018	.КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1,04	0,06	20,18	85,42	0,02	0,04	0,80		32,30	29,20	21,00	0,67
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	0,32	13,80	70,24	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,96	0,40	17,92	83,12	0,04	0,01			7,20	36,80	8,00	1,16

Итого по подменю: 23,46 32,36 113,94 840,80 0,27 0,16 20,43 54,6 119,37 218,68 72,06 5,59

ПОЛДНИК

№496/2018	.НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА.	200	0,68	0,28	19,64	83,80	0,01	0,06	20,00	163,4	12,30		3,40	0,63
№579/2013	.КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ05	100	4,22	7,42	46,88	271,10	0,07	0,04	0,06	37,3	18,75	43,36	7,36	0,56

Итого по подменю: 4,90 7,70 66,52 354,90 0,08 0,10 20,06 200,7 31,05 43,36 10,76 1,19

Итого за день: 0,00 руб. 44,36 57,38 272,58 1784,04 0,50 0,58 69,98 302,9 416,18 492,66 120,52 7,66

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	20,78	21,92	27,50	25,04
Обед (30 - 35 %)	30,47	40,96	34,01	35,78
Полдник (10 %)	6,36	9,75	19,86	15,10
Итого за день (60 - 70 %)	57,61	72,63	81,37	75,92

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,3:6,1

Директор



/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

/Т.К.Тудеасева/

"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.



День 3

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО(7-11ЛЕТ)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe

ЗАВТРАК

№33/2023	.САЛАТ "ПЕСТРЫЙ"	60	0,82	3,11	8,01	63,33	0,02	0,02	6,65		21,24	23,44	12,51	1,07
№87/2023	.ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	1,80	6,71	10,07	107,83	0,04	0,02	3,72	9,6	9,77	23,02	6,80	0,41
№385/2021	.РИС ОТВАРНОЙ01	150	4,55	7,03	33,08	213,85		0,01		30,8	15,10	5,01	0,79	0,12
№461/2018	.ЧАЙ КАРКАДЕ	200		0,01	15,04	60,25			0,18	2,9	0,46		0,01	0,13
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	10,35	52,68	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ4	45	2,21	0,45	20,16	93,51	0,04	0,01			8,10	41,40	9,00	1,31

Итого по подменю: 11,66 17,55 96,71 591,45 0,13 0,07 10,55 43,3 60,67 112,37 33,31 3,37

ОБЕД

№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)6	60	0,48	0,06	1,50	8,46	0,02	0,02	6,00		13,80	25,20	8,40	0,36
№144/2013	.СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ01	200	5,07	3,80	19,12	130,96	0,22	0,08	15,62	17,6	42,07	104,13	38,21	1,91
№376/2018	.РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 02	240	40,46	13,55	27,46	393,54	0,33	0,34	35,00	57,4	53,47	342,12	75,30	3,59
№486/2018	.КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,08	0,08	11,94	48,80	0,01		2,00		3,50	2,20	1,80	0,47
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.0	60	4,56	0,48	20,70	105,36	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.0	60	2,94	0,60	26,88	124,68	0,05	0,02			10,80	55,20	12,00	1,74

Итого по подменю: 53,59 18,57 107,60 811,80 0,70 0,48 58,62 75,0 135,64 567,85 144,11 8,73

ПОЛДНИК

№457/2018	.ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31			0,03
№553/2013	.ШАНЕЖКА КАРТОФЕЛЬНАЯ02	100	8,56	8,44	52,37	319,65	0,16	0,12	11,26	28,4	63,80	109,86	25,80	1,14

Итого по подменю: 8,56 8,44 62,35 359,57 0,16 0,12 11,26 28,4 64,11 109,86 25,80 1,17

Итого за день: 0,00 руб. 73,81 44,56 266,66 1762,82 0,99 0,67 80,43 146,7 260,42 790,08 203,22 13,27

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	15,14	22,22	28,87	25,17
Обед (30 - 35 %)	69,60	23,51	32,12	34,54
Полдник (10 %)	11,12	10,68	18,61	15,30
Итого за день (60 - 70 %)	95,86	56,41	79,60	75,01

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,6:3,6

Директор



/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

/Т.К.Тудвасеева/



ИП Пиклов С.В.

День 4

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО(7-11ЛЕТ)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
№268/2021	.ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ03	180	3,97	25,25	5,79	266,26	0,05	0,20	1,05	96,6	157,79	118,97	17,77	0,21
№13.7/2023г	.БУЛОЧКА С СЫРОМ01	80	9,30	8,20	29,62	229,46	0,08	0,10	0,22	53,8	198,10	149,68	16,95	0,64
№457/2018	.ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31			0,03
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,28	0,24	10,35	52,68	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
Итого по подменю:			15,55	33,69	55,74	588,32	0,16	0,31	1,27	150,4	362,20	288,15	38,92	1,21
ОБЕД														
№26/2021	.САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ01	60	0,86	3,65	5,07	56,62					0,74	0,22	0,04	0,01
№100/2021	.РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ04	200	2,06	5,79	14,34	117,72	0,09	0,06	14,60	8,2	20,84	62,43	21,96	0,81
№347/2018	.КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"01	90	17,26	12,05	10,12	217,91	0,05	0,08	0,79	12,9	28,53	82,88	11,35	1,65
№211/2021	.РИС С ОВОЩАМИ 0	170	4,14	4,24	29,73	173,65	0,04	0,03		16,4	6,23	79,16	25,97	0,54
№496/2018	.НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА.	200	0,68	0,28	19,64	83,80	0,01	0,06	20,00	163,4	12,30		3,40	0,63
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	0,32	13,80	70,24	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	2,45	0,50	22,40	103,90	0,05	0,02			9,00	46,00	10,00	1,45
Итого по подменю:			30,49	26,83	115,10	823,84	0,28	0,26	35,39	200,9	85,64	296,69	78,32	5,53
ПОЛДНИК														
№501/2018	.СОК ФРУКТОВЫЙ(200Г).	200	1,00	0,20	17,80	77,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
№543/2013	.ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ04	100	4,62	5,31	46,91	253,92	0,08	0,03	3,80	18,0	16,66	41,36	10,12	1,40
Итого по подменю:			5,62	5,51	64,71	330,92	0,10	0,05	7,80	18,0	30,66	55,36	18,12	4,20

Итого за день: 0,00 руб. 51,66 66,03 235,55 1743,08 0,54 0,62 44,46 369,3 478,50 640,20 135,36 10,94

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	20,19	42,65	16,64	25,03
Обед (30 - 35 %)	39,60	33,96	34,36	35,06
Полдник (10 %)	7,30	6,97	19,32	14,08
Итого за день (60 - 70 %)	67,09	83,58	70,31	74,17

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:1,3:4,6

Директор



/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

/Т.К.Тудвасеева/



ИП Пиклов С.В.

День 5

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО(7-11ЛЕТ)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
№10/2018	.САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ.	60	0,45	3,73	3,52	49,49	0,01	0,01	12,00		19,20	12,65	7,37	0,77
№110/2023	.ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ В СОУСЕ	90	8,39	17,23	8,90	224,16	0,03	0,02	3,20	7,9	10,60	33,30	8,43	1,45
№377/2021	.ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ04	170	4,51	8,43	29,00	209,88	0,22	0,18	34,30	38,4	61,95	132,06	44,02	1,61
№459/2018	.ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,16	40,94			28,00		3,11	1,54	0,84	0,07
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	0,32	13,80	70,24	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44

Итого по подменю: 16,45 29,72 65,38 594,71 0,30 0,22 77,50 46,3 102,86 205,55 66,26 4,34

ОБЕД

№107/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)1	60	0,48	0,06	1,02	6,54	0,01	0,01	3,00		13,80	14,40	8,40	0,36
№116/2018	.СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ03	200	2,74	2,90	18,73	111,94	0,11	0,06	15,18		19,04	59,44	22,36	0,95
№134/2023	.ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР 2023	90	16,71	5,23	5,53	136,07	0,08	0,13	1,34	42,4	36,83	121,96	15,90	0,95
№202/2018	.КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ06	170	11,80	7,60	52,81	326,86	0,35	0,17		27,2	19,39	243,63	162,02	5,45
№495/2018	.КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	0,32	13,80	70,24	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ0	40	1,96	0,40	17,92	83,12	0,04	0,01			7,20	36,80	8,00	1,16

Итого по подменю: 37,17 16,53 131,59 823,83 0,63 0,40 19,92 69,6 126,76 517,63 228,28 10,54

ПОЛДНИК

№542/2021	.БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ04	50	3,29	7,90	28,89	199,79	0,06	0,02			7,37	30,97	5,57	0,44
№461/2018	.ЧАЙ КАРКАДЕ	200		0,01	15,04	60,25			0,18	2,9	0,46		0,01	0,13
№112/2013	.ФРУКТ СВЕЖИЙ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe
Итого по подменю:			3,69	8,31	53,73	304,44	0,09	0,04	10,18	2,9	23,83	41,97	14,58	2,77
Итого за день: 0,00 руб.			57,31	54,56	250,70	1722,98	1,02	0,66	107,60	118,9	253,45	765,15	309,12	17,65

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	21,36	37,62	19,52	25,31
Обед (30 - 35 %)	48,27	20,92	39,28	35,06
Полдник (10 %)	4,79	10,52	16,04	12,95
Итого за день (60 - 70 %)	74,43	69,06	74,84	73,32

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:1,0:4,4

Директор _____ /С.В. Пиклов/



Зав. произ. _____ /Е.В. Пиклова/

Калькулятор _____ /Т.К.Тудвасева/

"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.



День 6

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО(7-11ЛЕТ)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)6	60	0,48	0,06	1,50	8,46	0,02	0,02	6,00		13,80	25,20	8,40	0,36
№347/2018	.КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"01	90	17,26	12,05	10,12	217,91	0,05	0,08	0,79	12,9	28,53	82,88	11,35	1,65
№385/2021	.РИС ОТВАРНОЙ03	160	4,82	7,41	35,05	226,19		0,01		32,4	16,30	5,36	0,86	0,13
№457/2018	.ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31			0,03
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ5	50	4,18	0,44	18,98	96,58	0,06	0,02			11,00	35,75	7,70	0,61
Итого по подменю:			26,74	19,96	75,63	589,06	0,13	0,13	6,79	45,3	69,94	149,19	28,31	2,78

ОБЕД														
№157/2018	.ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (КУКУРУЗА)	60	1,23	2,66	7,36	58,26				12,0	0,72	0,90		0,01
№144/2013	.СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ01	200	5,07	3,80	19,12	130,96	0,22	0,08	15,62	17,6	42,07	104,13	38,21	1,91
371/2018	.КНЕЛИ ИЗ ФИЛЕ КУР	90	20,02	4,12	4,43	134,82	0,08	0,13	1,57	42,0	22,37	139,35	19,14	1,07
№256/2018	.МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ12	150	7,28	7,69	40,46	260,16	0,10	0,03		31,9	24,09	56,38	10,17	1,05
№494/2018	.КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1,04	0,06	20,18	85,42	0,02	0,04	0,80		32,30	29,20	21,00	0,67
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	0,32	13,80	70,24	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ0	40	1,96	0,40	17,92	83,12	0,04	0,01			7,20	36,80	8,00	1,16
Итого по подменю:			39,64	19,05	123,27	822,98	0,50	0,30	17,99	103,5	136,75	392,76	102,12	6,31

ПОЛДНИК														
№457/2018	.ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31			0,03
№573/2013	."ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА02	100	6,50	3,10	58,37	287,46	0,11	0,04	0,09	10,8	17,88	61,64	11,91	1,04
Итого по подменю:			6,50	3,10	68,35	327,38	0,11	0,04	0,09	10,8	18,19	61,64	11,91	1,07

Итого за день: 0,00 руб. 72,88 42,11 267,25 1739,42 0,74 0,47 24,87 159,7 224,88 603,59 142,34 10,16

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

СанПин Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	34,73	25,27	22,58	25,07
Обед (30 - 35 %)	51,48	24,11	36,80	35,02
Полдник (10 %)	8,44	3,92	20,40	13,93
Итого за день (60 - 70 %)	94,65	53,30	79,78	74,02

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,6:3,7

Директор  /С.В. Пиков/

Зав. произ.  /Е.В. Пиклова/

Калькулятор  /Т.К.Тудвасева/



"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.

День 7

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО(7-11 ЛЕТ)



№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
№226/2018	.КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ03	200	6,64	8,12	26,93	207,41	0,12	0,20	1,08	23,6	158,81	171,57	37,29	0,68
№112/2013	.ФРУКТ СВЕЖИЙ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
№540/2013	.ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ01	70	4,47	2,05	52,16	245,00	0,08	0,03		6,9	10,41	40,00	7,12	0,54
№459/2018	.ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,16	40,94			28,00		3,11	1,54	0,84	0,07
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,28	0,24	10,35	52,68	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33

Итого по подменю: 13,85 10,82 109,40 590,43 0,26 0,26 39,08 30,6 194,33 243,61 58,45 3,82

ОБЕД

№33/2023	.САЛАТ "ПЕСТРЫЙ"	60	0,82	3,11	8,01	63,33	0,02	0,02	6,65		21,24	23,44	12,51	1,07
104/2018	.ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ03	200	1,70	5,93	7,55	90,28	0,02	0,03	20,76	8,6	35,60	23,67	10,09	0,40
№375/2018	.ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ОТВАРНОЙ09	240	35,13	15,20	36,24	422,21	0,17	0,22	4,53	47,0	76,92	308,68	64,98	2,75
№496/2018	.НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА.	200	0,68	0,28	19,64	83,80	0,01	0,06	20,00	163,4	12,30		3,40	0,63
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	0,32	13,80	70,24	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ4	45	2,21	0,45	20,16	93,51	0,04	0,01			8,10	41,40	9,00	1,31

Итого по подменю: 43,58 25,29 105,40 823,37 0,30 0,35 51,94 219,0 162,16 423,19 105,58 6,60

ПОЛДНИК

№461/2018	.ЧАЙ КАРКАДЕ	200		0,01	15,04	60,25			0,18	2,9	0,46		0,01	0,13
№567/2013г	.БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ 50	50	4,20	4,63	35,94	202,25	0,07	0,05	0,05	30,0	29,27	47,06	7,65	0,68
№517/2013	.ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	95	3,80	1,43	9,31	65,27	0,03	0,14	0,57	9,5	117,80	90,25	14,25	0,10

Итого по подменю: 8,00 6,07 60,29 327,77 0,10 0,19 0,80 42,4 147,53 137,31 21,91 0,91

Итого за день: 0,00 руб. 65,43 42,18 275,09 1741,57 0,66 0,80 91,82 292,1 504,02 804,11 185,94 11,33

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	17,99	13,70	32,66	25,12
Обед (30 - 35 %)	56,60	32,01	31,46	35,04
Полдник (10 %)	10,39	7,68	18,00	13,95
Итого за день (60 - 70 %)	84,97	53,39	82,12	74,11

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,6:4,2

Директор _____ /С.В. Пиклов/



Зав. произ. _____ /Е.В. Пиклова/

Калькулятор _____ /Г.К.Тудвасеева/



ИП Пиклов С.В.

День 8

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО(7-11ЛЕТ)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
№26/2021	.САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ01	60	0,86	3,65	5,07	56,62					0,74	0,22	0,04	0,01
№372/2018	.БИТОЧЕК ИЗ ФИЛЕ КУРЫ90	90	19,72	4,82	7,87	153,78	0,09	0,15	1,59	27,2	47,25	146,27	19,58	1,14
№256/2018	.МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ12	150	7,28	7,69	40,46	260,16	0,10	0,03		31,9	24,09	56,38	10,17	1,05
№461/2018	.ЧАЙ КАРКАДЕ	200		0,01	15,04	60,25			0,18	2,9	0,46		0,01	0,13
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 5	35	2,66	0,28	12,08	61,46	0,04	0,01			7,00	22,75	4,90	0,39

Итого по подменю: 30,52 16,45 80,52 592,27 0,23 0,19 1,77 62,1 79,54 225,62 34,70 2,72

ОБЕД

№107/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)1	60	0,48	0,06	1,02	6,54	0,01	0,01	3,00		13,80	14,40	8,40	0,36
№95/2018	.БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	1,56	5,13	11,11	96,89	0,05	0,05	16,43	7,5	39,66	44,12	20,30	0,95
№110/2023	.ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ В СОУСЕ	90	8,39	17,23	8,90	224,16	0,03	0,02	3,20	7,9	10,60	33,30	8,43	1,45
№202/2018	.КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ04	150	10,42	6,70	46,59	288,40	0,31	0,15		24,0	17,11	214,97	142,96	4,81
№495/2018	.КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	10,35	52,68	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ7	35	1,72	0,35	15,68	72,73	0,03	0,01			6,30	32,20	7,00	1,02

Итого по подменю: 25,29 29,73 115,43 830,46 0,46 0,26 23,03 39,4 115,97 373,89 197,29 10,15

ПОЛДНИК

№460/2018	.ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,60	1,25	12,33	66,97	0,02	0,08	0,45		63,31	47,50	7,50	0,08
287/2023	.БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"01	100	8,83	1,97	36,32	198,20	0,08	0,08	0,15	7,4	46,81	80,86	12,91	0,59

Итого по подменю: 10,43 3,22 48,65 265,17 0,10 0,16 0,60 7,4 110,12 128,36 20,41 0,67

Итого за день: 0,00 руб. 66,24 49,40 244,60 1687,90 0,79 0,61 25,40 109,0 305,63 727,87 252,40 13,54

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

СанПин Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	39,64	20,82	24,04	25,20
Обед (30 - 35 %)	32,84	37,63	34,46	35,34
Полдник (10 %)	13,55	4,08	14,52	11,28
Итого за день (60 - 70 %)	86,03	62,53	73,01	71,83

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,7:3,7

Директор



/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

/Т.К.Тудвасеева/

"Согласовано"



ИП Пиклов С.В.

День 9

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО(7-11ЛЕТ)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
№284/2018	.ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150	27,92	6,80	26,81	280,11	0,07	0,34	0,24	51,8	153,71	260,28	39,95	0,90
№481/2013	.МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,10	2,55	1,50	37,35	0,02	0,05	0,30		95,10	68,70	10,20	0,06
№457/2018	.ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31			0,03
№542/2021	.БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ04	80	3,29	7,90	28,89	199,79	0,06	0,02			7,37	30,97	5,57	0,44
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,28	0,24	10,35	52,68	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33

Итого по подменю: 35,59 17,49 77,53 609,85 0,18 0,42 0,54 51,8 262,49 379,45 59,92 1,76

ОБЕД

№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)6	60	0,48	0,06	1,50	8,46	0,02	0,02	6,00		13,80	25,20	8,40	0,36
№116/2018	.СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ03	200	2,74	2,90	18,73	111,94	0,11	0,06	15,18		19,04	59,44	22,36	0,95
№134/2023	.ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР 2023	90	16,71	5,23	5,53	136,07	0,08	0,13	1,34	42,4	36,83	121,96	15,90	0,95
№377/2021	.ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ04	170	4,51	8,43	29,00	209,88	0,22	0,18	34,30	38,4	61,95	132,06	44,02	1,61
№486/2018	.КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,08	0,08	11,94	48,80	0,01		2,00		3,50	2,20	1,80	0,47
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.0	60	4,56	0,48	20,70	105,36	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.0	60	2,94	0,60	26,88	124,68	0,05	0,02			10,80	55,20	12,00	1,74

Итого по подменю: 32,02 17,78 114,28 745,19 0,56 0,43 58,82 80,8 157,92 435,06 112,88 6,74

ПОЛДНИК

№457/2018	.ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31			0,03
№13.7/2023г	.ХАЧАПУРИ (ВАТРУШКА С СЫРОМ)	100	11,62	10,25	37,03	286,83	0,10	0,13	0,27	67,2	247,63	187,10	21,19	0,80

Итого по подменю: 11,62 10,25 47,01 326,75 0,10 0,13 0,27 67,2 247,94 187,10 21,19 0,83

Итого за день: 0,00 руб. 79,23 45,52 238,82 1681,79 0,84 0,98 59,63 199,9 668,35 1001,61 193,99 9,33

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	46,22	22,14	23,14	25,95
Обед (30 - 35 %)	41,58	22,51	34,11	31,71
Полдник (10 %)	15,09	12,97	14,03	13,90
Итого за день (60 - 70 %)	102,90	57,62	71,29	71,57

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,6:3,0

Директор



/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

/Т.К.Тудвасеева/



ИП Пиклов С.В.

День 10

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО(7-11ЛЕТ)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПОМИДОР)60	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15,00		8,40	15,60	12,00	0,54
№376/2018	.РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 02	240	40,46	13,55	27,46	393,54	0,33	0,34	35,00	57,4	53,47	342,12	75,30	3,59
№459/2018	.ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,16	40,94			28,00		3,11	1,54	0,84	0,07
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 5	35	2,66	0,28	12,08	61,46	0,04	0,01			7,00	22,75	4,90	0,39
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ0	40	1,96	0,40	17,92	83,12	0,04	0,01			7,20	36,80	8,00	1,16
Итого по подменю:			45,80	14,36	69,90	591,90	0,45	0,38	78,00	57,4	79,18	418,81	101,04	5,75
ОБЕД														
№10/2018	.САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ.	60	0,45	3,73	3,52	49,49	0,01	0,01	12,00		19,20	12,65	7,37	0,77
№134/2021	.СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ02	200	3,07	4,78	12,04	103,42	0,03	0,07	11,69	20,0	68,14	50,61	11,14	0,31
№87/2023	.ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	1,80	6,71	10,07	107,83	0,04	0,02	3,72	9,6	9,77	23,02	6,80	0,41
№385/2021	.РИС ОТВАРНОЙ	180	5,36	8,23	38,93	251,26		0,01		36,0	17,62	5,85	0,92	0,14
№491/2018	.КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ.	200	0,18	0,06	17,27	70,34					0,45			0,05
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.0	60	4,56	0,48	20,70	105,36	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.0	60	2,94	0,60	26,88	124,68	0,05	0,02			10,80	55,20	12,00	1,74
Итого по подменю:			18,36	24,59	129,41	812,38	0,20	0,15	27,41	65,6	137,98	186,33	46,63	4,08
ПОЛДНИК														
№501/2018	.СОК ФРУКТОВЫЙ(200Г).	200	1,00	0,20	17,80	77,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
№543/2013	.ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ01	100	5,13	5,90	52,12	282,13	0,09	0,03	4,22	20,0	18,51	45,96	11,24	1,55
Итого по подменю:			6,13	6,10	69,92	359,13	0,11	0,05	8,22	20,0	32,51	59,96	19,24	4,35

Итого за день: 0,00 руб. 70,29 45,05 269,23 1763,41 0,76 0,58 113,63 143,0 249,67 665,10 166,91 14,18

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	59,48	18,18	20,87	25,19
Обед (30 - 35 %)	23,84	31,13	38,63	34,57
Полдник (10 %)	7,96	7,72	20,87	15,28
Итого за день (60 - 70 %)	91,29	57,03	80,37	75,04

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,6:3,8

Директор



/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

/Т.К.Тудасеева/

ИП Пиклов С.В.
Ведомость контр. за рационом питания за 10 дней
Подразделение: ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО(7-11ЛЕТ)

Наименование группы пищевой продукции	Количество пищевой продукции в нетто по дням в г(мл) на одного человека										В среднем за период	Норма в день, г(мл)	Отклонение от нормы, %	
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день				
1. ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ	0,90	0,20	1,10	1,60	0,90	1,20	0,98	0,30	1,50	0,95		0,18	0,18	5,4
3. КАРТОФЕЛЬ	26,80	15,60	149,70	63,90	197,70	55,00	26,80	15,60	190,50	158,00		118,40	121,55	-2,6
4. КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ (ЖИРН. 2.5%,3.2%)		95,00					95,00					21,80	23,00	-5,2
5. КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50,00	0,50				25,00	35,00					7,38	7,00	5,2
7. КРУПЫ, БОБОВЫЕ	96,30	50,40	65,20	56,30	74,20	74,23	85,30	76,40	21,70	62,30		42,00	40,00	5,0
8. МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ		51,00			9,20	51,00		51,00	9,20			11,08	10,50	5,4
9. МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	16,10	12,00	19,20	18,00	21,40	4,00	19,10	18,20	11,80	19,80		11,00	10,50	4,8
10. МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	13,20	30,50	21,30	21,30	17,50	28,71	13,60	17,10	21,30	21,40		21,30	21,00	1,4
11. МОЛОКО (МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2.5%, 3.2%)	68,30	103,60	35,60	76,50	49,80	22,80	125,80	87,70	92,30	37,50		185,00	195,00	-5,2
12. МУКА ПШЕНИЧНАЯ	40,50	76,20	45,50	35,60	45,50	25,50	72,50	23,30	35,60	51,20		46,79	44,50	5,1
13. МЯСО ЖИЛОВАННОЕ (МЯСО НА КОСТИ) 1 кат.		37,80		36,00	37,80	36,00		37,80				42,51	45,00	-5,4
14. ОВОЩИ СВЕЖИЕ, ЗЕЛЕНЬ	207,00	145,50	196,40	99,30	129,90	139,80	137,20	203,10	78,30	216,90		191,00	196,00	-2,6
15. РЫБА-ФИЛЕ			39,60							39,60		33,00	34,80	-5,2
16. САХАР	22,00	25,50	29,80	28,80	22,00	22,30	26,50	27,80	25,60	27,80		26,18	25,00	4,7
17. СМЕТАНА (МАССОВ. ДОЛЯ ЖИРА НЕ БОЛЕЕ 15%)	5,80	5,00	0,80	5,40			5,80	5,00	5,00			6,20	6,50	-4,6
18. СОКИ ФРУДОВООВОЩНЫЕ, НАПИТКИ ВИТАМИННЫЕ				200,00						200,00		23,70	25,00	-5,2
19. СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,90	2,10	2,20	1,60	2,10	2,10	1,90	2,50	1,70	2,40		2,04	1,95	4,7
21. СЫР				18,00						22,50		4,50	4,75	-5,2
22. ТВОРОГ (МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА НЕ БОЛЕЕ 9%)								18,70	113,20			18,93	20,00	-5,2
23. ФРУКТЫ (ПЛОДЫ) СВЕЖИЕ		7,00	36,30	42,00	133,40		116,30		20,00	88,60		85,50	90,00	-5,0
24. ФРУКТЫ (ПЛОДЫ) СУХИЕ, В Т.Ч. ШИПОВНИК	20,00	40,00		20,00	20,00	20,00	20,00	20,00				11,00	10,50	4,8
25. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	123,40	40,00	98,40	93,40	93,40	104,40	65,00	84,30	113,40	103,40		102,10	105,00	-2,7
26. ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	60,00	40,00	105,00	50,00	40,00	40,00	45,00	35,00	60,00	100,00		56,20	56,00	0,4
27. ЦЫПЛЯТА 1 кат. ПОТРОШЕННЫЕ (КУРЫ 1 кат.)	159,60		104,50	32,40	58,80	107,40	100,80	68,10	58,80	104,50		52,70	50,00	5,4
28. ЧАЙ	2,00	1,00	2,00	1,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	1,00		1,50	1,45	3,4
29. ЯЙЦО	11,00	4,80	9,40	110,40	7,70	3,37	8,50	7,60	32,70	7,20		23,80	25,00	-4,8

Итого в среднем на одного человека:

Пищевые вещества	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал		
		62,50	47,80	249,10	1676,60	
Минеральные вещества	Натрий, мг	Кальций, мг	Кальций, мг	Магний, мг	Фосфор, мг	Железо, мг
	765,90	769,50	714,60	176,20	763,06	8,50
Витамины	А, мкг	В1, мкг	В2, мкг	РР, мкг	С, мкг	
	458,60	0,77	0,90	9,20	43,00	

Подпись руководителя организации и дата ознакомлен

С.В.Пиклов "20" февраля 2024 г.

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления:

" " 2024 г.